

# 近隣大家族

No one is alone here!! ~ここに孤独な人はなし

～近隣大家族は、誰でもいつでも気軽に過ごせるみんなの居場所 この街で自分らしく生き抜くために～



《地域の専門家による相談会》↑  
8月24日に「弁護士 板橋 俊幸先生」  
によるセミナーと相談会を開催しました。

《懐かしの歌の会》→  
懐かしの歌を皆で歌いました!



## 温泉ツアーのご案内

次回 11月8日(金)を予定しています  
詳しくは中面をご覧ください

## お米の寄附を頂きました!

30kg×4袋! ありがとうございます。  
配食サービスで  
活用させて頂きます。



箕郷町  
橋爪様

## ケアマネさん専用 お試しランチ!

じゃんけんぽんの  
配食を是非一度  
お試し下さい。



～近隣大家族～  
今月の一押し  
1食:200円  
お一人様:1回まで

## 《近隣大家族メニュー》

- 飲み物(珈琲・紅茶等) … 200円
- とっておきランチ … 400円
- チーズケーキ … 150円
- キュービックケーキ … 150円

## 《賛助金のお願い》

～じゃんけんぽんの活動賛同者として賛助金の寄付のお願い～

当法人は地域課題の解決に向けた活動を行うため、皆さまの貴重なご寄付を頂いております。地域に寄り添い変化していく法人であるよう頑張りますので今後も認定NPO法人じゃんけんぽんにご寄付頂けます様宜しくお願い致します。

1口:3,000円～(申込書は近隣大家族にて)

《賛助して頂いた方へ特典》  
毎月発行カフェ通信近隣大家族をご自宅まで郵送。

～H25年9月度 賛助金寄付 19名～  
賛助会員になって頂きましてありがとうございます。  
引き続き当法人を宜しくお願い致します。

発行/ 認定NPO法人じゃんけんぽんカフェ通信編集室

TEL: 027-350-3191

〒370-3521 高崎市棟高町954-8

e-mail: mesaki@jankenpon.jp

～今月のカフェ定休日:土・日・祝日～

## 《地域を見守るじゃんけんぽんの配食サービス》

# こころまち弁当のご案内

料金:1食 700円 配達エリア:旧群馬町エリア/旧箕郷町エリア

※市の補助弁当も行っています。本人負担 250円。

今月のメニュー

今年度より、月～金の祭日は配達を行います。  
年末年始はお休みです。ランチも同じメニューとなります。



月	火	水	木	金
	1 さつまいもご飯 天ぷら・大根おろし 信田巻の煮物・お浸し	2 茹で豚 芋煮・梅和え カニカマサラダ	3 うどん・お浸し 肉詰めいなりの煮物 ポテトのそぼろあん	4 焼きさんまのサラダ風 切干大根の煮物 酢の物・中華和え
7	8 豚肉キャベツのピリ辛炒め 大根とツナの煮物 春雨の酢の物・ゆかり和え	9 魚のトマトソース 野菜の煮物・ポン酢和え さつま芋と豆のサラダ	10 豆腐ハンバーグ 人参のグラッセ もやしサラダ・甘酢漬	11 親子煮・辛子和え きのこのソテー ひじきのサラダ
14	15 うどん 天ぷら・みそ田楽 卵と青菜の和え物	16 鶏肉の香味ソース 卵の花・お浸し 人参サラダ	17 魚の野菜あんかけ ふるふき大根 ポテトサラダ・ごま和え	18 マーボー豆腐 かぼちゃの煮物 なます・梅マヨネーズ和え
21	22 煮魚・浅漬け さつまいものレモン煮 青菜のみぞれ和え	23 肉豆腐・梅和え 人参と卵の炒め物 温野菜サラダ	24 手作りしゅうまい 厚揚げの煮物 煮豆・ナムル	25 うどん 天ぷら・お浸し きんぴらごぼう
28	29 焼き魚・なめたけ和え がんもの煮物 かぼちゃサラダ	30 生姜焼き こんにゃく煮 春雨サラダ・ゆかり和え	31 さんまの蒲焼風 五目豆・浅漬け コーンと和え	

## 【お申込・お問合せ】

NPO法人じゃんけんぽん カフェ通信編集室(担当:目崎) ☎:027-350-3191

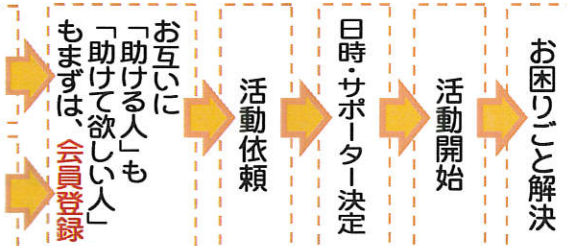
## じゃんけんぽんの助け合い活動

いつかは私も助けてもらうかも…でも今は出来ることを誰かのために…  
そんな方は是非助け合い活動にご参加下さい!待っています。

ちょっとしたお困りごと・お願いごと・タダ(無料)では頼みにくいことを「お互いに助け合う」活動です。

困ったなあ!助けてほしい!!  
誰か助けてくれないかしら!!  
どうしたらいいのかしら??

私も何かしてあげられる!!  
何か人の役に立ちたい!!  
困ったときはおたがいさまで!!



住み慣れた地域で自分らしく生き抜く為のお互い様の助け合い活動。

サポーター大募集!!  
助け合い活動のサポーター。  
今は誰かの為に!  
時には自分の為に!

会員登録 1日1日何かのご縁で出会いがあり助け合いがあることにちなんで…  
一般会員:5円(緑)×30日×12か月=1,800円(1年間) ※詳しい資料・説明は事務局迄お問合せ下さい。

## 一 避難者支援活動 一

群馬県内へ避難している方の支援を行っている

ぐんま暮らし応援会より

じゃんけんぽんは  
ぐんま暮らし応援会の  
一員です

ぐんま暮らし応援会事務局  
☎:027-333-1635(事務局)  
☎:080-6779-9211(携帯)

避難者の皆様にはお知らせを配布させて頂いておりますが、群馬県内各地区で集いの会を開催させて頂いております。皆さんのお近くの集いの会にはお知り合いの方もお誘い合わせの上ご参加ください。その他ご相談、お問い合わせはお気軽に事務局までご連絡ください。お待ちしております。

今月の予定

まだまだ余白があります。皆さんが自主的にここに集まり、「したいこと」をご提案下さい。

月	火	水	木	金
1 花市 毎週月曜日 9:30~	1 《マンナパン販売》 11:30~	2 《ゆるり体操》 10:00~11:00 《大正琴練習会》 13:30~ 《おっちょ塾》 19:00~21:00	3 《囲碁将棋の日》 10:00~ 《編み物を楽しむ日》 10:00~	4 《おっちょ塾》 19:00~21:00
7 《花市・朝市》 9:30~ 《認知症カフェ》 10:00~12:00	8 《マンナパン販売》 11:30~	9 《懐かしの映画会》 13:30~ 《おっちょ塾》 19:00~21:00	10 《囲碁将棋の日》 10:00~ 《編み物を楽しむ日》 10:00~	11 《編み物教室》 10:00~ 《おっちょ塾》 19:00~21:00
14 《朝市》 9:30~ 《認知症カフェ》 10:00~12:00 《個別相談会》 13:00~15:00	15 《晴子さんと一緒に歌いましょう》 10:20~ 《マンナパン販売》 11:30~	16 《ゆるり体操》 10:00~11:00 《大正琴練習会》 13:30~ 《おっちょ塾》 19:00~21:00	17 《囲碁将棋の日》 10:00~ 《編み物を楽しむ日》 10:00~	18 《桜舞踊会演舞》 14:00~15:00 《おっちょ塾》 19:00~21:00
21 《花市・朝市》 9:30~ 《認知症カフェ》 10:00~12:00 《懐かしの歌の会》 13:30~14:30	22 《バザーに向けての作品作りの日》 10:00~16:00 《マンナパン販売》 11:30~	23 《おっちょ塾》 19:00~21:00	24 《囲碁将棋の日》 10:00~ 《編み物を楽しむ日》 10:00~	25 【10月の誕生日会 ランチケーキ付の日】 《大正琴練習会》 13:30~ 《おっちょ塾》 19:00~21:00
28 《花市・朝市》 9:30~ 《認知症カフェ》 10:00~12:00 《マージャンしようの日》 13:00~	29 《マンナパン販売》 11:30~	30 《こけ玉教室》 13:30~ 《おっちょ塾》 19:00~21:00	31 《囲碁将棋の日》 10:00~ 《編み物を楽しむ日》 10:00~	《囲碁将棋の日》



先生が来ます

先生が来ます

毎週木曜日!

私が相談に応じます。

居場所に集うみなさんの声 ~生きがいさがし~

《たとえホームに入所しても地域と繋がる》



《ホームの夏祭りの様子》

グループホームに入所している利用者さんが、近隣大家族で地域の皆さんや家族と一緒に楽しい時間を過ごしています。  
どんなことか?と思われる方も多いと思いますが、いくつか事例をご紹介します。

まず、地域の方にグループホームってどんなところか知って頂き、関わって頂けるようなグループホームでありたいと願い、今年度は、地域の方を招いて夏祭りを行いました。たくさんの方の地域の方が参加して下さい、御利用者さんと楽しい時間を過ごし、ふれあうことが出来ました。「今度は近隣大家族で行われるイベントと一緒に参加して楽しみたいですね」と皆さんから声をかけて頂きました。  
その後、近隣大家族で行われた演芸のイベントにも御利用者さんと職員で参加し、また普段とは違った御利用者さんの笑顔を見ることができました。



《近隣で交流の様子》

利用方法は様々で、入所されていなくてもなかなか家族と一緒に食事に出かけられないとおっしゃる方も、近隣大家族で家族と一緒にランチを召し上がり、外食気分を味わっている方もいらっしゃいます。たとえ認知症があっても一人の人の認知症は性格のようなもので、地域の人は温かく見守ってくださいます。近隣大家族で同じような悩みを持つ方も話ができ、介護する家族にとっても少し気持ちが楽になる時間です。利用者さんにすれば、外出もしたい、大好きなマージャンや囲碁、歌を歌ったりおしゃべりしたり、本人らしく地域の方と一緒に過ごしたい。

《地域の相談拠点》としてご相談に応じます!

その他にも、各ホームでも認知症相談に応じています。ご家族が認知症の方も、近所の方がもしかしら...と思つたらいつでもお気軽に寄って行ってください。ご相談に応じます。



利用者さんの家族もここに来て同じ悩みを持つていらつしやる方々と悩みを話すうちに頑張っている自分を認められ、「一歩前に進める気がします」と話せるそんな居場所にもなっています。自分だけが解決できない悩みは、専門家もありません。  
一人では解決できないことも、みんなで力をあわせればきっと解決できます。  
たとえ、入所しても地域の皆さんといつまでもつながっていられます。地域の皆さんで互いに助け合う、見守るそんな中から人と人とのつながりが生まれ、生きがいや役割が出来ていきます。  
近隣大家族はいつもみなさんの笑顔がこぼれています。「また来るね。」そんな居場所になっています。

《今月のイベント紹介コーナー》

新企画 10/18(金) 14:00~15:00  
~桜舞踊会による演舞~  
ぜひ皆さんご参加ください!!



- 《演目》
- 一、はぐれ笠
- 二、雨の大飯
- 三、あんだの花魁
- 四、矢切りの嘘じ
- 五、りんご村から
- 六、恋愛情話
- 七、佐藤の恋歌
- 八、お駒恋姿
- 九、松の木小唄
- 十、津軽の花

22日

《バザーに向けての作品作りの日》

来月のバザーに向けて居場所で販売する物きみんなとしゃべりしながら作りませんか?  
お待ちしております!!



↑《ゆるり体操》  
簡単な体操を皆で楽しみましょう!

《個別相談会》 10月14日(月) 13:00~15:00

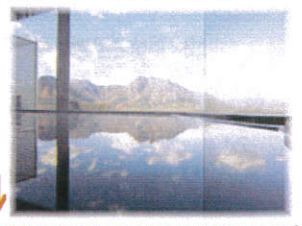
じゃんけんぼんの介護支援専門員・社会福祉士による相談会です。  
・家族が認知症で困っている  
・家族に障害者がいる 等  
高齢者・障害者のちょっとした困りごとの相談日です。事前予約も受け付けます。当日でもOK。  
相談がある方は下記連絡先までお電話下さい。



第8回(11月) お出掛けツアー

「近隣大家族」に集う仲間と一緒にゆったりと温泉に入りおいしいお食事を食べる企画!!  
【日時】11月8日(金) 9:30~16:00  
【参加費】お一人様:4,000円(当日集金)  
【集合場所】近隣大家族 9:30 集合・出発

妙義グリーンホテル  
富岡市妙義町菅原 2678  
TEL:0274(73)4111  
申込みは事務局まで↓



まちのお医者さん紹介コーナー

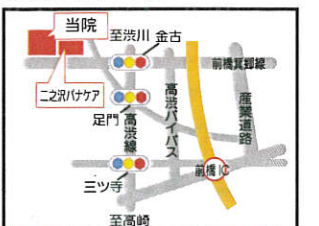
当院では、「医者が知っている、あるいは得意な分野の病名」に患者さんをあてはめるのではなく、患者さん毎に違う多種多様な症状を傾聴して診療し、状態に応じて他医療施設の専門医と積極的に連携を図りながら、患者さんの悩みを解決するように心がけております。

医療法人 二之沢病院

院長:川田悦夫  
診療科目:内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	×
13:30~17:00	○	○	○	○	○	×	×

《休診日》 日曜日・祭日  
〒370-3531 高崎市足門町142-1



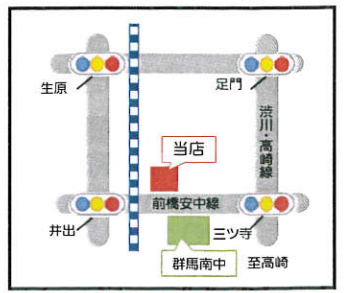
まちの企業 紹介コーナー

~ たかが麺・されど麺 ~

麺屋さんのなかになしでは、「うまい麺でみんなの笑顔が見たい!」をモットーに日々頑張っています。食のプロも認める麺(うどん・そば・ラーメン・焼きそば)はどれも絶品です。ぜひ一度ご賞味ください。



《営業時間》  
AM10:00~PM5:30  
《定休日》  
日曜日・祝日  
☎:027-373-3247  
高崎市三ツ寺町 577-5  
FAX:027-373-3947



【お申込・お問合せ】

認定NPO法人じゃんけんぼんカフェ通信編集室(担当:目崎)

☎:027-350-3191

☎:027-373-2215